

ENTIDADES

Arrels Sant Ignasi busca más voluntarios

LEIDA | Arrels Sant Ignasi está buscando a voluntarios en sus diferentes proyectos. Actualmente, la entidad necesita apoyo para los servicios que ofrece en el Centre Obert, dirigido al acompañamiento de personas en situación de sin hogar o sin techo; el taller de deportes; y un fotógrafo o fotógrafa para proyectos que lleva a cabo. Las personas interesadas en participar como voluntarios pueden contactar a través del correo voluntariat@arrels-santignasi.cat y al teléfono 973 28 90 00.

CAIXAFÒRUM

Visita guiada en familia por 'Talking brains'

LEIDA | CaixaForum Lleida organiza mañana (a las 12.00 horas) una visita guiada familiar por su exposición *Talking brains. Programats per parlar*. La muestra aborda las diferencias entre comunicación y lenguaje y explica por qué los seres humanos somos los únicos animales con esta segunda facultad y sus características. La actividad, cuya entrada cuesta 4 euros y se puede adquirir en la web caixaforum.org, está recomendada para familias con hijos a partir de 8 años.

CICLO DIVULGACIÓN

En contra del estigma en la salud anal y del suelo pélvico

Conferencia del Col·legi de Fisioterapeutes para romper tabús, ayer en la UdL

LAIA BERENGUER

LEIDA | “Cuando padecemos dolor de espalda, solemos compartirlo con los demás con facilidad. Pero cuando sufrimos incontinencia o dolor anal no lo explicamos”, afirma Marta Jiménez, fisioterapeuta experta en salud pelviana, que ayer condujo la conferencia *Salut anal i sol pelvià, trenquem tabús* en la facultad de Fisioterapia de la Universitat de Lleida. Se trata de la primera charla del nuevo ciclo organizado por el Col·legi de Fisioterapeutes de Catalunya, que tiene como objetivo divulgar en contra de los tabús en salud más establecidos en nuestra sociedad, en este caso, acerca del suelo pélvico, y están dirigidas a la población general.

“No debemos normalizar ningún síntoma, siempre debemos consultarlos con el profesional adecuado. Un fisioterapeuta especializado en coloproctología y suelo pélvico puede orientar al paciente y detectar si necesita ser derivado a un experto en medicina”, aconseja Jiménez, quien añade: “Invito a todo el mundo a que no sufra en silencio, debemos tener un profesional con quien nos sintamos seguros”.

Los problemas de salud más frecuentes en este ámbito son “la incontinencia anal –que, a diferencia de la urinaria se co-



JORDI ECHEVARRIA

La fisioterapeuta Marta Jiménez, ayer, en la Universitat de Lleida.

ESCUCHAR AL CUERPO

“No debemos normalizar ningún síntoma. Un fisioterapeuta especializado puede orientar al paciente”

noce muy poco–, el estreñimiento –que está muy normalizado y no se considera una disfunción, pero puede ser el inicio de muchos desajustes–, hemorroides, fisuras anales, dolor anorrectal y, si vamos un poco más lejos, enfermedades como el cáncer

de colon. A su vez, este último puede tener consecuencias graves, la peor de ellas sería una colostomía (una intervención quirúrgica que desvía un extremo del intestino grueso a través de una abertura en el abdomen)”, enumera la fisioterapeuta.

El Col·legi insiste en la formación especializada de fisioterapeutas y sanitarios –empezando por la Atención Primaria– en suelo pélvico, especialmente, en salud anorrectal “porque es de las que crea más problemas y condiciona la calidad de vida del paciente”, dice Jiménez.

LAS CLAVES

¿Existe un perfil de paciente?

Las patologías anales y colorectales suelen afectar a personas de mediana edad, aunque también se detectan en bebés y niños (nacidos con problemas congénitos) y personas mayores. “El suelo pélvico es para todos y para todas las edades, es una parte del cuerpo que usamos cada día y es imprescindible, así como es necesario cuidarla”.

Consejos de prevención

Utilizar un taburete bajo donde colocar los pies a la hora de defecar, para facilitar la posición del cuerpo y con el objetivo de no apretar la musculatura. Jiménez también aconseja una buena alimentación (para no dañar el intestino) y actividad física.

Otras conferencias

El Col·legi de Fisioterapeutes ha previsto que el resto de conferencias del ciclo sobre suelo pélvico aborden, por separado, la salud femenina –embarazo y posparto– (16 de junio en Lleida y 20 de junio en Vielha) y masculina (el 26 de septiembre en La Seu). Más información en la página web de la comunidad.

ENFERMEDADES DÍA MUNDIAL

El Parkinson, del diagnóstico a las curas, en el hospital Arnau

LEIDA | Con motivo del Día Mundial del Parkinson, que se conmemora hoy, la asociación Parkinson Terres de Lleida celebró ayer una jornada acerca de esta enfermedad en el hospital Arnau de Vilanova de Lleida.

Por la mañana, el vestíbulo acogió una mesa informativa para dar a conocer al público la labor de la entidad y los recursos disponibles. En cuanto a la tarde, el salón de actos del centro hospitalario fue escenario de diferentes ponencias a cargo de especialistas en neurología y rehabilitación. Las intervenciones abordaron la patología, desde su diagnóstico hasta su tratamiento para la mejora de la calidad de vida de los pacientes.

La jornada concluyó con un espacio abierto a las pregun-



JORDI ECHEVARRIA

Uno de los actos celebrados ayer en el hospital leridano.

tas del público, con el fin de resolver dudas y fomentar el intercambio de experiencias entre profesionales, personas afectadas y familiares.

El próximo miércoles a las 18.00, la asociación ha previsto una charla informativa en el auditorio de Cervera acerca del Parkinson.

INICIATIVAS PRESENTACIÓN



DIPUTACIÓ DE LLEIDA

Tendrá lugar los días 23 y 26 de abril en Tremp y Lleida.

La caminata solidaria Magic Line tendrá un recorrido más inclusivo

LEIDA | La 13ª caminata solidaria Magic Line tendrá lugar los días 23 y 26 de abril en Tremp y en Lleida, respectivamente, y presentará un recorrido adaptado con el objetivo de hacerla más accesible a todo el mundo y favorecer la participación.

La ruta de Lleida será circular, de un total de 9 kilómetros, y tendrá como punto de salida y llegada el Hospital Sant Joan de Déu Terres de Lleida. La recaudación de la iniciativa se destina íntegramente a proyectos sociales y sanitarios.